**Анна Самарова**

**Сертификат: Intermediate Junior 3 / Level 3**

Я веду следующие регулярные классы в Студии Йоги Айенгара под руководством Ольги Ильинской в Москве:

Понедельник 19.00 уровень 2

Пятница 10.30 уровень 2

Воскресенье 15.00 Основной

Все эти классы также транслируются "вживую" онлайн.

Кроме этого, от студии веду онлайн-класс пранаямы по понедельникам в 7.30.

Участвую в 2-годичном курсе углублённого изучения йоги от нашей студии, куратор курса Ольга Ильинская.

В этом учебном году веду следующие выездные семинары :

24-26 ноября Екатеринбург (центр йоги Айенгара)

8-10 декабря Ростов-на-Дону (Люди йоги)

20-22 января Владивосток (сессия курса углублённого изучения йоги от нашей студии, куратор Ольга Ильинская)

3-4 февраля Вологда (студия Анджали)

7-11 февраля выездной семинар в отеле "Велес" (Владимирскся обл.)

Контакты студии и моё расписание: [msk-yoga.ru](http://msk-yoga.ru/" \t "_blank), +79661129819

Для записи на онлайн-классы msk-yoga.online

Мой телефон /вотсап +79161170470

Почта [annasamarova@yandex.ru](mailto:annasamarova@yandex.ru)